

Dr. Anselm Vogt:

Lust und Sinn –

Anthropologische Bemerkungen zum Verhältnis von Trieb und Geist

Skript des Eingangs-Impulses beim Café philosophique der VHS Essen am 12.06.2016

In der abendländischen Philosophie gibt es eine Tradition der Lustkritik, die sich im Christentum zur Lustverneinung steigert. Andererseits gibt es jene Philosophen wie Aristipp und Epikur, die schon in der Antike – im ausdrücklichen Gegensatz zu Platon – die Lust als das höchste Gut preisen. Platon hingegen sieht in der Lust gar kein Gut, da sie flüchtig und immer nur auf dem Hintergrund ihres Gegenteils, der Unlust, erfahrbar sei. Wirklich gut seien die ewigen Ideen, die sich nur dem erschließen, der bereit ist, die Ebene der Sinnlichkeit zu überschreiten. Aus dieser Vorstellung ist das hierarchische Menschenbild idealistischer Prägung entstanden, demzufolge das wahre Wesen des Menschen durch den Geist charakterisiert sei, der die aus der Triebphäre stammenden Impulse zu beherrschen habe. In der Neuzeit und insbesondere der Moderne ist das idealistische Menschenbild nicht zuletzt durch Freud einer scharfen Kritik ausgesetzt worden. Er erblickt im Lustprinzip den Motor menschlichen Handelns und im Geistigen eine bloße Sublimierung sexueller Impulse. Noch reduktionistischer als Freud ist die Lehre des Behaviorismus, der den Menschen als konditioniertes Lebewesen versteht, das sich qualitativ nur geringfügig vom Tier unterscheidet. In Gestalt der philosophischen Anthropologie der 1920er-Jahre finden wir bei Max Scheler eine Rehabilitierung des Geistbegriffs. Dessen Wirksamkeit wird nunmehr in Verbindung mit bestimmten biologischen Tatsachen wie Instinktreduktion und Weltoffenheit gesehen. Dieses ermöglichte dem Menschen eine Orientierung an Dingen oder Werten außer ihm, die ihn zu einer Selbsttranszendenz befähigt, die Ausdruck der geistigen Dimension sei. Hier setzt Viktor Frankls existenzanalytischer Zugriff an, der neben der von Freud analysierten Bedeutung sexueller Frustration von einer Frustration des Willens zum Sinn als Ursache psychischer Erkrankungen spricht, die aus der geistigen Sphäre des Menschen stammt, der man neben der biologischen und psychischen Dimension eine wichtige Rolle für das menschliche Wohlbefinden zusprechen muss.

Wenn man zugibt, dass für das menschliche Wohlbefinden sowohl Lusterlebnisse als auch die Sinnerfahrung bedeutsam ist, stellt sich doch die Frage, ob man beides so scharf trennen muss oder ob es vielleicht die Möglichkeit der Versöhnung beider Sphären sowohl im theoretischen Modell als auch in unserem Handeln und unserer Orientierung gibt. Warum sollte nicht das Lustvolle gut und die Orientierung am

Guten (Sinn) lustvoll sein? War es nicht das, was schon Epikur wollte? Wenn man mit Scheler zwar das Geistige nicht als Produkt der Sublimierung im Freudschen Sinne sieht, aber der Auffassung ist, dass der Geist auf die Energien aus der Vitalsphäre angewiesen ist, dann muss man sich Gedanken über eine friedliche Koexistenz von Lust und Sinn machen, die sowohl Bedeutung für unser Menschenbild als auch für die Lebenskunst hat. In der Regel befindet sich zwischen den Befürwortern und Gegnern des Hedonismus (Streben nach Sinnengenuss) ein tiefer Graben. Während die Hedonisten das Gute in einer angenehmen Befindlichkeit sehen, sehen die Befürworter einer objektiven Theorie des Guten dieses eher als transsubjektives Phänomen. Dass es für beides gute Argumente gibt, ist ein Phänomen, das es verbietet, den Menschen reduktionistisch zu verstehen, wie es heute einer verbreiteten Meinung entspricht. So ist es sicher richtig, dass wir das Lustvolle und Angenehme zu schätzen wissen. Dennoch ist es falsch zu unterstellen, der Mensch strebe nur nach dem Angenehmen, wie der deskriptive Hedonismus vermutet. Genauso falsch ist die Forderung des normativen Hedonismus, der Mensch solle nur nach Lust streben, weil diese mit dem Guten koinzidiere. Jedenfalls zeigen einschlägige Gedankenexperimente, dass der Mensch offenkundig nicht nur lustvolle Erlebnisse, sondern auch Handlungen in der Realität will. Man denke etwa an Nozicks Erlebnismaschine, die die Vorstellung, nur lustvolle Erlebnisse ohne Wirklichkeit zu haben, als grauenvoll erscheinen lässt. Wir ziehen also eine auch von Widrigkeiten bestimmte Realität der maschinell garantierten Dauerlust vor. Dieses hat offenbar mit dem zu tun, was Frankl in der Nachfolge Schelers als Geist bezeichnet. Hiermit ist die Fähigkeit zu Selbstdistanz und Selbsttranszendenz gemeint, die zugleich unsere relative Freiheit vom blinden Drang der Triebe und Instinkte meint. Wir können uns zu einer von triebhaften Bedürfnissen befreiten Beschäftigung mit Gegenständen und Mitmenschen emporschwingen, die Scheler mit dem Begriff Sachlichkeit bezeichnet. Außerdem können wir unser Leben an objektiven Werten orientieren, die über unser Selbst hinausweisen und unserer kontingenten Existenz Sinn verleihen. Nun könnte man meinen, dass das Leben der Lust ein Leben in der Unmittelbarkeit und das Leben des Geistes stärker durch die Reflexion vermittelt sei. Doch muss man hier zwei Formen der Reflexion unterscheiden.

Zwar ist die Reflexion zum einen eng assoziiert mit der geistigen Dimension des Menschen, zum anderen spielt sie für den auf die Lustmaximierung fixierten Hedonismus eine zentrale Rolle. Dieser entspricht keineswegs einer natürlichen Einstellung, da die Fixierung auf das Lusterlebnis, das eine Handlung begleitet bzw. das beobachtete Resultat einer Handlung ist, sich einem Reflexionsakt verdankt. In der natürlichen Einstellung werden wir durch Appetit von einem Triebobjekt angezogen und erleben etwa als Folge der Nahrungsaufnahme ein Lustgefühl. Ähnlich

reizt uns eine Person zu sexueller Handlung, die von einem starken Lustgefühl begleitet wird. Erst durch Selbstbeobachtung werden wir befähigt, gedanklich das Lustgefühl von der Triebhandlung zu trennen und uns auf den Lusteffekt zu fixieren. Dies führt häufig dazu, dass wir am liebsten Sofortbefriedigung ohne den Umweg über die widerständige Realität hätten. Aber wie sagte doch Leopardi zu Recht in seinem Zibaldone: „Wer in allen Dingen nur das Vergnügen sucht, wird es nie finden. Alles, was Sie verspüren werden, ist existenzielle Langeweile, oft auch Ekel.“ Um an einem Akt oder einer Handlung Vergnügen zu empfinden, muss man ein anderes Ziel als das Vergnügen anstreben. Hier wird deutlich, dass auch bei triebhaften Handlungen die Fixierung auf die Lust den Lusteffekt schmälert. Das lässt sich gut am Beispiel des Sex zeigen. Eine Selbsttranszendenz zum Partner hin ist der Potenz und damit der Lust förderlich. Also ist hier Selbstreflexion im Sinne von Selbstbeobachtung hinderlich. Somit ist bereits auf der Ebene des Triebhaften Selbsttranszendenz nötig und Hyperreflexion kontraproduktiv. Bedeutet das, dass sich Selbsttranszendenz und Reflexion ausschließen? Hier hilft die Unterscheidung zwischen einer subjektfixierten und einer distanzierenden Reflexion. Letztere nenne ich eine Reflexion 2. Grades, welche eine ihrer selbst als Reflexion bewusste Reflexion, also eine Reflexion für sich ist, während die fixierende Reflexion eine Reflexion an sich ist. Die fixierende Reflexion möchte im Lustmoment ganz bei sich sein, bemerkt aber nicht, dass sie als Beobachterin ihrer selbst außer sich ist. Dieses Außer sich sein im Reflexionsakt bemerkt die Reflexion für sich, die damit die Voraussetzung für die Selbstdistanz erfüllt, welche ein wesentliches Merkmal des Geistes und damit auch der Selbsttranszendenz ist. Paradoxe Weise ist der Mensch in dem Moment, in dem er sich überschreitet, – zu einer Person oder Sache – ganz bei sich. Das bedeutet, dass er nur dann, wenn er außer sich ist, völlig bei sich sein kann. Wobei das Außer sich sein eine notwendige, aber nicht hinreichende Bedingung des Bei-sich-seins ist.

Wie das Beispiel des Sexaktes zeigt, gilt das nicht nur für geistige Akte, sondern auch für die sinnliche Lust. Bei geistigen Akten der Auseinandersetzung mit einem interessierenden Gegenstand verlangt die geistige Selbstüberschreitung zunächst große Anstrengung und damit Energie. Nach Scheler muss der Geist diese Energie der Vitalsphäre entnehmen, da er selbst kraftlos sei. Nach Freud geht er selbst erst aus einem Verdrängungsakt hervor. In jedem Fall verlangt geistige Beschäftigung eine Beherrschung unmittelbarer Impulse, des Strebens nach unmittelbarem Bei-sich-sein im Genuss. Die moderne Neurobiologie zeigt, dass unser Gehirn bestimmte zum Überleben wichtige Triebhandlungen durch Ausschüttung von Glückshormonen belohnt, andere Handlungen – geistige Akte-sind neutral – führen nur mittelbar zu Belohnungserlebnissen. Die Frage ist also: Muss der Geist die Triebe und Impulse

unterdrücken oder gibt es eine geistige Selbstbestimmung unter Einbeziehung der Triebe?

Selbstbestimmung, die ganz auf Triebunterdrückung baut, verfehlt ihr Ziel genauso wie eine, die ganz auf Triebentfaltung setzt. Weder die schroffe Entgegensetzung von Geist und Trieb noch die Unterstellung einer Harmonie werden dem Menschen als Wesen in vermittelter Unmittelbarkeit gerecht. Die Position der uneingeschränkten Herrschaft der Vernunft muss scheitern, weil sie die Grenzen vernünftiger Selbstbestimmung übersieht. Dies zeigt schon der Mythos des Odysseus, der sein Begehren, den Gesang der Sirenen zu hören, nicht unterdrückt, aber sich an den Mast fesseln lässt, um seine Selbsterhaltung nicht zu gefährden. Er schränkt seine Handlungsfreiheit bewusst ein, um die Selbstkontrolle nicht zu verlieren. Die Einschränkung der Selbstbestimmung erfolgt im Dienste der Selbstbestimmung. Hier zeigt sich die Möglichkeit der Selbstbestimmung unter den Bedingungen beschränkter Macht der Vernunft über den Willen. Im genannten Fall geht es um die Vereinbarung des Lusterlebnisses, das der Gesang der Sirenen ermöglicht, mit dem Ziel der sicheren Heimkehr nach Ithaka. Diese soll durch Selbstbindung im Sinne einer freiwilligen Handlungsbeschränkung erfolgen. In diesem Fall wird der Trieb zwar nicht vor den Karren einer geistigen Zielsetzung gespannt, aber durch partiellen Verzicht auf Selbstbestimmung möglicher schädlicher Wirkungen beraubt. Es geht um die Verhinderung negativer Wirkungen des Triebes.

Interessant sind die Fälle, in denen Triebenergien genutzt werden, um geistige Ziele zu unterstützen. In dieses Zusammenhängen findet eine Art Selbstkonditionierung statt. Es werden Orte aufgesucht, die mit positiven Emotionen besetzt sind. Handlungen, die eine gewisse Selbstüberwindung verlangen, werden durch lustvolle Begleitaktivitäten belohnt. Grundsätzlich wird dabei ein neutraler Reiz durch ständige Assoziation mit einem von Natur aus positiven Reiz selber unbewusst mit dem positiven Reiz verbunden. Im Grunde arbeitet die Werbung mit diesem Mechanismus, wenn etwa in einer Reifenwerbung immer neben dem Reifen eine knapp bekleidete attraktive Frau steht und sich die Vorstellung des Reifens mit der sexuellen Attraktion unbewusst verbindet. Hierbei würde man von Manipulation und damit Fremdbestimmung sprechen. Wenn man die gleichen Mechanismen nutzt, um zur Realisierung „höherer“ Ziele zu motivieren, so handelt es sich um das merkwürdige Phänomen einer Selbstmanipulation im Dienste der Selbstbestimmung. Ist dies ein Paradox, das letztlich die Selbstbestimmung unterminiert oder die adäquate Antwort auf die Zwiespältigkeit des Menschen zwischen Natur und Geist? Wenn man letzteres bejaht, dann stellt sich die Frage, ob nicht Selbstunterdrückung der Herrschaft des Geistes zuträglicher als die oben genannte Selbstmanipulation ist. Wenn man aber zugibt, dass Lust und Trieb zu den wichtigsten Glücksquellen gehören

und ein Teil unseres Selbst bilden, ist ein spielerischer Umgang mit ihnen als wesentliche Dimensionen des Menschseins geeignet, eine Selbstbestimmung in einem auch die Vitalsphäre einbeziehenden Sinne zu ermöglichen. Dieser Gedanke ist umso einleuchtender, wenn man mit Scheler den Geist zwar als das Edelste im Menschen begreift, aber gleichzeitig dessen Abhängigkeit von der Vitalsphäre als Kraftquell betont. Ein solcher Ansatz erliegt weder der lebensphilosophischen Illusion der Unmittelbarkeit im Triebhaften noch der überspannten idealistischen Idee einer unangefochtenen Souveränität des Geistes.

Nun hatten wir oben das Problem der Lustverminderung durch Lustfixierung erörtert. Besteht nicht die Gefahr einer starken Lustfixierung, wenn man die genannten Techniken der Selbstkonditionierung benutzt? Die Ermöglichung von Lusterlebnissen auf dem oft beschwerlichen Weg zu einem hoch gesteckten Ziel ist eher geeignet, das Erlebnis des Weges als etwas, was den Zweck in sich trägt, zu fördern, anstatt sich zu sehr auf das Ziel zu fixieren. Dies erleichtert das Bei-sich-sein in der Auseinandersetzung mit einer lohnenden Aufgabe, das von einer zu starken Zielfixierung bedroht ist. Die Ferne des Ziels bei gleichzeitiger Verlockung durch leicht realisierbare kurzfristige Befriedigungen, legt es doch nahe, letztere in den Weg zum Ziel einzubauen.

Mache ich mich so nicht zur konditionierten Ratte? Die Antwort liegt im zwiespältigen Verhältnis zu uns selbst begründet. Wir sind unser Körper und wir haben unseren Körper und insofern auch ein instrumentelles Verhältnis zu uns. Wir sind die, die wir sind in der Weise, es nicht zu sein, wie Sartre sagt. Indem wir unsere Identität bestimmen, haben wir sie bereits überschritten. Wir sind Beobachter unseres Selbst und damit außer uns und haben zugleich die Sehnsucht, bei uns zu sein. Sartre spricht davon, dass wir zugleich an und für sich sein wollen, welches nur einem Gott möglich wäre.

Fassen wir zusammen: Der Mensch will Lust und Sinn, lohnenswerte Aktivitäten mit subjektiver Anziehungskraft, deren erfüllender Charakter sich auch ihrer objektiven Bedeutsamkeit verdankt. Der Mensch will Bedeutung, weil er sich als reflektierendes Wesen aus der objektivierenden Distanz betrachten kann. Er schätzt aber auch das Angenehme durchaus um seiner selbst willen, weil es ihm das Verweilen im Moment versüßt. Und dennoch ist das Streben nach dem Angenehmen und seine Perpetuierung über den Moment hinaus kontraproduktiv. Die ästhetische Existenz endet in Langeweile und Selbstekel. Das ist das hedonistische Paradox. Obwohl wir der Lust unsere intensivsten positiven Befindlichkeiten verdanken, taugt sie nicht als Handlungsziel. Erstens verfehlen wir die Lust, wenn wir sie erstreben und rauben ihr die Intensität, wenn wir sie auf Dauer stellen wollen. Also ist die Lust eine Folge und

Begleiterscheinung vieler Triebhandlungen, aber nicht deren Zweck. Der Mensch als geistiges Wesen muss sich selbst überschreiten, anstatt sich auf seine jeweilige Befindlichkeit in narzisstischer Weise zu fixieren.

Die dem Impuls-Vortrag anschließende Diskussion im Auditorium zeigte einige Einwände und Ergänzungen zum Thema. Zum einen rekurrierte man auf Kierkegaards Charakterisierung der ästhetischen, am Genuss orientierten Existenz durch das Merkmal der Multioptionalität und gab zu bedenken, dass Multioptionalität auch ein sinnorientiertes Leben betreffe. Ein solches ist jedoch geeignet, im Leben auch das Wesentliche zu konzentrieren und entsprechende Entscheidungskriterien zur Verfügung zu stellen, während ein Leben des Genusses der Zerstreuung und Beliebigkeit anheimfällt.

Ein weiterer Einwand stellte die Subjektspaltung des Menschen als Voraussetzung seiner Sehnsucht nach Unmittelbarkeit in Frage und verwies auf die mystische Erfahrung des Erlebnisses der Einheit von Ich und Welt. Doch widerspricht dies der oben dargestellten Konzeption des Sinns durch Selbsttranszendenz nicht wirklich. Diese zeigt ja die Möglichkeit temporären Bei-sich-seins im Außer-sich-sein der Selbstvergessenheit auf, zu der die Orientierung an einer Sache oder an Werten führen könne.

Weitere Diskussionsbeiträge wiesen auf biologische Bedingungen von Lust und Sinn hin. Der Hinweis auf gehirneigene Drogen wie Dopamin, Serotonin oder Endorphine und Techniken ihrer Anregung ergänzt das im Vortrag Ausgeführte um einen wichtigen Aspekt. Im Vortrag wurde Selbstkonditionierung im Dienste der Selbstbestimmung als Mittel empfohlen, geistige Zielsetzungen unter Bedingung der Ohnmacht des Geistes durch den Lust-Unlustmechanismus zu belohnen. Dieser Konditionierungsmechanismus lässt sich auch neurobiologisch durch die Nutzung archaischer Belohnungskreisläufe für zunächst neutrale Ziele erklären.

Schließlich wurde in einem Diskussionsbeitrag daran erinnert, dass in früheren Zeiten nicht die narzisstische Lustfixierung, sondern eher das autoritär verordnete Selbstopfer das Problem gewesen sei. Dies ist zweifellos richtig und insofern muss man ergänzen, dass in früheren Zeiten nicht die Selbstfixierung, sondern die Fremdbestimmung des Selbst die persönliche Sinnfindung gefährdete.